

### Menú escolar 2019-2020

## El otoño

El otoño es la mejor época para disfrutar, **en todo su esplendor**, de acelgas, calabazas, coles, espinacas, pimientos, zanahorias y setas y hongos. También **se suman frutas** como castañas, higos, mandarinas, manzanas, membrillo, peras y uvas. Ya sean verduras o frutas, con ellos podemos elaborar platos deliciosos con los que disfrutar de los productos de temporada.



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
	1 1.- Cocido de garbanzos 2.- Pescado a la romana con mayonesa Yogur	2 1.- Puré de zanahorias 2.- Pollo asado con patatas Fruta del tiempo	3 1.- Macarrones con atún 2.- Lomo adobado con verduras Yogur	4 1.- Lentejas con chorizo 2.- Tortilla de patata con ensalada Fruta del tiempo
7 1.- Sopa de cocido 2.- Ternera asada con patatas Fruta del tiempo	8 1.- Marmitako 2.- Chuleta de Sajonia con ensalada Yogur	9 1.- 1.- Fabada 2.- Pescado al horno con verduras y patatas Fruta del tiempo	10 1.- Menestra de verduras 2.- Costillas al horno con patatas Yogur	11 1.- Arroz blanco con tomate 2.- Tortilla francesa con jamón de York Fruta del tiempo
14 1.- Puré de calabaza 2.- Pechuga de pollo con salsa de queso y patatas Fruta del tiempo	15 1.- Espaguetis boloñesa 2.- Pescado a la romana con mayonesa Yogur	16 1.- Cocido completo de garbanzos (sopa y garbanzos con compango) Fruta del tiempo	17 1.- Patatas con costillas y verduras 2.- Lomo de cerdo con ensalada Yogur	18 1.- Judías verdes 2.- Ternera guisada con patatas Fruta del tiempo
21 1.- Lentejas con chorizo 2.- Pescado al horno con verduras y patatas Fruta del tiempo	22 1.- Arroz blanco con tomate 2.- Albóndigas con verduras Yogur	23 1.- Ensaladilla rusa 2.- Tortilla francesa con jamón York Fruta del tiempo	24 1.- Macarrones con atún y tomate 2.- Pollo al horno con verduras Yogur	25 1.- Alubias pintas estofadas 2.- Filete de sepia con ensalada Fruta del tiempo
28 1.- Sopa de pollo y verduras 2.- Ternera guisada con patatas Fruta del tiempo	29 1.- Cocido de garbanzos 2.- Pescado a la romana con ensalada Yogur	30	31	

Este menú puede tener que modificarse puntualmente por imperativos de cocina.